

# 1月分 献立表



岩見沢メディカルモールデイサービスセンターあすも

※献立は材料の都合で変更になる場合があります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付		1	2	3	4	5
昼食					カレーライス サラダ 福神漬け フルーツヨーグルト スープ	そうめん ちくわの磯辺揚げ 和風サラダ 菜飯
おやつ					コーヒーゼリー	バームクーヘン
日付	7	8	9	10	11	12
昼食	ご飯 魚の唐揚げ 梅おろしソース 漬物 焼きナス 味噌汁	ナポリタンスパゲティ サラダ フルーツ スープ	ご飯 魚の葱蒸し ピーマンの塩炒め 長芋のしそ和え 味噌汁	ご飯 豚肉の柚子胡椒焼き 白菜のクリーム煮 水菜ともやしの和風ナムル 味噌汁	ご飯 焼き魚 炒り豆腐 お浸し 味噌汁	かつ丼 煮浸し 漬物 味噌汁
おやつ	おしるこ	クッキー	ババロア	シュークリーム	たこ焼き	まんじゅう
日付	14	15	16	17	18	19
昼食	ご飯 シチュー サラダ フルーツ スープ	ご飯 魚の煮付け 卵の花 もやしとわかめの酢の物 味噌汁	ご飯 チキンのバーベキューソース マカロニサラダ フルーツ スープ	ラーメン 焼売 杏仁豆腐 ライス	炊き込み御飯 魚の香味焼き 煮物 塩もみ胡瓜 味噌汁	ご飯 焼き魚 チンゲン菜のさっと煮 もずく酢 味噌汁
おやつ	誕生日ケーキ	いももち	誕生日ケーキ	プリン	誕生日ケーキ	ドーナツ
日付	21	22	23	24	25	26
昼食	ライス 豚肉のカレー風味ソテー マカロニサラダ フルーツポンチ ポターシュ	中華丼 ひじきの炒り煮 小松菜とえのきの和え物 味噌汁	ご飯 フライ ポテトグラタン風 フルーツ スープ	ご飯 焼き魚 卵の花 小松菜と鶏肉の和え物 味噌汁	肉うどん 出汁入り卵焼き お浸し わかめ御飯	ご飯 魚の味噌煮 レンコンといかの炒め物 チンゲン菜のツナ和え すまし汁
おやつ	ゼリー	誕生日ケーキ	かぼちゃ団子	誕生日ケーキ	カステラ	ようかん
日付	28	29	30	31		
昼食	ご飯 焼き魚 バンバンジー風煮込み 煮物 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ サラダ ふきの炒め煮 スープ	カレーうどん 春巻き フルーツ ライス	葱鶏丼 煮物 胡瓜とキャベツの塩昆布和え 味噌汁		
おやつ	ワッフル	フルーツあんみつ	ホットケーキ	みたらし団子		